نصائح منزلية
وخبرات نسائية

إعداد

غادة سعيد

الكتاب: نصائح منزلية وخبرات نسائية

الكاتب: غادة سعيد

الطبعة: ٢٠٢١

الناشر: وكالة الصحافة العربية (ناشرون)

٥ ش عبد المنعم سالم – الوحدة العربية – مدكور- الهرم – الجيزة

جمهورية مصر العربية

هاتف : ٣٥٨٢٥٢٩٣ _ ٣٥٨٦٧٥٧٦ _ ٣٥٨٦٧٥٧٥

فاكس : ٣٥٨٧٨٣٧٣

APA

http://www. bookapa.com E-mail: info@bookapa.com

دار الكتب المصرية

فهرسة أثناء النشر

سعيد ، غادة

نصائح منزلية وخبرات نسائية / غادة سعيد

– الجيزة – وكالة الصحافة العربية.

١١٢ ص، ١٨*٢١ سم.

الترقيم الدولي: ٠ – ١٧٠ – ٩٩١ – ٩٧٧– ٩٧٨

أ – العنوان رقم الإيداع : ٧٣٨٢ / ٢٠٢١

نصائح منزلية
وخبرات نسائية





مقدمة

تفرض الظروف الاقتصادية الصعبة ، على سيدة البيت أن تمارس عملا ما يتناسب مع مؤهلاتها وإمكانياتها من أجل تحقيق قدر من الربح يسهم في تلبية بعض ما تحتاجه الأسرة، وهنا تواجهها مجموعة من المعضلات، فأولا يعاني الجميع رجالا ونساء من ندرة فرص العمل الحقيقية، ثانيا أن المرأة قد تجد في بعض الحالات صعوبة في مغادرة منزلها من أجل العمل، هذه المشكلة وجدت المرأة حلا لها في العمل من المنزل من خلال ممارسة عمل يتناسب مع قدراتها ومهاراتها وإمكانياتها المادية، فيما يعرف بالصناعات المنزلية البسيطة، وهذه الصناعات غالبا يدوية، أي لا تعتمد على آلات أو أي من القوى المحركة الأخرى، بل تعتمد على الخامات المتوفرة محلياً، وعلى المهارة اليدوية المكتسبة، وقد مارسها الإنسان منذ القدم، ولا يزال يمارسها في أجزاء كثيرة من العالم، وقد تعتمد على إعادة تدوير الملابس المستعملة أو الخامات أو حتى النفايات التي يمكن استخدامها.

ويعد خبراء الاقتصاد تلك الأعمال المنزلية جزءًا من الاقتصادات المحلية، فهذه الأعمال تُساعد على إنشاء شبكات مالية تعمل على تدوير الأموال على نطاق واسع، فعندما تنفق المال في

شراء منتج محلي مصنوع بالمنزل ستذهب تلك الأموال لدفع أجور عامل آخر في منطقتك، وهذا العامل على الأغلب سينفق أمواله في نفس منطقتك ومجتمعك الصغير، وكلما زادت قدرات في دعم الآخرين زادت قدرات المجتمع المحلي وازدهاره، كما تُفيد هذه الأعمال الصغيرة المجتمع في وقت الأزمات الاقتصادية، فيمكن لأصحاب الأعمال المنزلية والصغيرة الاتحاد لمساعدة الأعمال الكبيرة المُتعثرة أو حمل عبء بعض مشكلاتهم المُتعثرة.

والصناعات المنزلية هي أعمال استثمارية منخفضة التكلفة في البداية، بسبب عدم احتياجها إلى مساحات تخزين ومكاتب وعدد كبير من الموظفين يحتاجون لراتب شهري، كما تستفيد من تجنبها لسداد رسوم كبيرة أو ضرائب، وهذه الصناعات ستوازن ما بين عملك وحياتك، لأنه غالبًا إذا عملت من المنزل ستجد مساحة كبيرة للتعامل مع أهلك ووالديك بعكس العمل في شركة أو مكتب.

وتعد الصناعات اليدوية، مثل: الخياطة، والتطريز، والتريكو، والكروشيه، والعديد من الصناعات اليدوية البسيطة التي تعتبر واحدة من الأعمال المربحة، لمن لديه القدرة والخبرات بها، ويمكن ممارستها بكل سهولة بدون الحاجة لرأس مال كبير أو مجهود، ويمكن أيضًا للسيدات ممارستها بكل سهولة بالمنزل.

ولكن هناك جوانب سلبية يشير إليها المتخصصون فهذه

الصناعات ستؤذي من يمارسونها في بعض الأمور مثل حاجتهم إلى تحويل مساحة من المنزل لتصبح مخزنا للعمل أو لتخزين المُعدات، وقد يؤدي عملك من المنزل لشعورك بالوحدة وافتقاد الزملاء الكُثر خاصة إن كنت شخصًا اجتماعيًا.

لكن هذه الأمور السلبية تعتبر بسيطة ،ويمكن تحملها أو التقليل من آثارها خصوصا عندما نقارنها بالمكاسب التي يمكن أن يجنيها المجتمع ككل من التوسع فيها.

فهذا يوفر للمرأة فرصاً سانحة من أجل تطوير نمط الحياة، وعدم الحاجة إلى مواجهة الازدحام، وضغط الوقت، وأتاح المجال للأم لتعمل حتى من دون أن تضطر إلى الخروج من منزلها، وبهذا يمكنها إثبات ذاتها ورعاية أسرتها وأطفالها.

وهذا يحقق للمرأة مزايا عديدة، فهي أولا تمارس العمل الذي تستطيع ممارسته والذي تجيده، وثانيا تحقق من خلاله قدرا ما من الأرباح التي تزيد من دخل الأسرة، فضلا عن أنها تجد الفرصة لتقضي أطول فترة ممكنة بجانب أولادها الذين يحتاجون لها خصوصا في السنوات الأولى من الطفولة.

فالأم حينما تمارس عملها من منزلها تستفيد بميزة القدرة على التحكم في الوقت، لأن العمل في المنزل يتيح للمرأة العمل في الوقت الذي ترغب فيه دون تحكم من أي شخص. كما أن ذلك يساعد على

توفير الكثير من الوقت والجهد لأن العمل من المنزل لا يستدعي التنقل ما بين وسائل المواصلات وإهدار الكثير من الوقت والجهد مثل باقي أنواع العمل الأخرى. وأخيرا فالعمل من المنزل يعتبر فرصة مناسبة لتطوير المهارات الخاصة بك وتنمية موهبتك وإشغال وقت الفراغ.

لذلك فإن ممارسة الصناعات المنزلية اشتهرت في السنوات الأخيرة، ولم تقتصر على الدول النامية أو التي ترتفع فيها معدلات الفقر، بل انتشرت أيضا في الدول المتقدمة والغنية، وتضاعف العاملون فيها كثيرًا، ، ويومًا بعد يوم يكتشف رواد هذه الأعمال طُرقًا جديدة لاستخدام وسائل العمل عن بُعد لمتابعة أعمالهم من المنزل، خصوصا بعدما أصبح أغلب الناس يستطيعون الدخول في عالم الإنترنت واستخدام التكنولوجيا الحديثة، مما يعطي مرونة أكبر للدخول بعالم الصناعات المنزلية واتخاذها كمكسب رزق أساسي لك بدلًا من عملك الحالي أو السابق، كما أن العمل المنزلي يتطلب إيجاد مساحة صغيرة للعمل ربما غرفة صغيرة فقط في منزلك كبداية، وباقي الأمور ستدار عبر شبكة الإنترنت. وربما سيكون العمل المنزلي مشروعًا أوليًا كفتح عمل تجاري أو شركة صغيرة، ولكن في بدايات العمل به وتشغيله ستستخدم منزلك كقاعدة عمليات رئيسية، وبطبيعة الحال هناك مزايا وعيوب يجب مراعاتها عند تحديد العمل الذي ستبدأ به أو تحديد تناسب العمل مع قدراتك وخبراتك.

ويمكن لمن يستطيع استخدام وسائل التواصل الاجتماعي توسيع قاعدة العملاء الخاصة فيما يمثل أهم الخطوات التي يجب التركيز عليها خصوصا في بداية العمل، وذلك لضمان رواج المنتج المنزلي، فمن الأفضل استهداف أقسام مُختلفة من السوق ومواقع مختلفة بعيدة عن منطقة صاحب العمل المنزلي، وبناء قاعدة بيانات بعملائك الدائمين وتقديم هدايا وامتيازات لهم إذا جلبوا عملاء جُدد، لذلك ينصح خبراء الاقتصاد المنزلي من يمارس مثل هذا العمل بقولهم: " اجعل دائما وسائل التواصل الاجتماعي وأسواق الإنترنت جزءًا من استراتيجيتك في التسويق وبيع منتجاتك وخدماتك".

ومن أهم نصائحهم: "ركز على خبراتك: ركز على خبراتك ومهاراتك وحاول تطويرها، ولا تحاول في بداية عملك كسب خبرات جديدة فهذا ليس الوقت المناسب، بل ركز على نقاط قوتك ولا تحاول جمع كل صفات النجاح وكسب كل الخبرات".

هذه الأفكار لازمة للقارئ قبل أن يبدأ في مطالعة هذا الكتاب ، ففصوله تقترح على القارئ أنشطة معينة يمكن أن يبدأ توا في ممارستها إن أراد، وهذه النصائح تضع نصب عينيها سيدة المنزل وليس كل من يريد استثمار وقته وأمواله في ممارسة الصناعات المنزلية الصغيرة، الكتاب إذا يختار قارئه، وينحاز لسيدة المنزل، ويقدم جانبا تطبيقيا، لذلك ركزت المقدمة على الجانب النظري ليكون بمثابة التمهيد

للتطبيقات التي تقدمها فصول الكتاب، فهي تتكامل مع الجانب النظري، بتأكيدها على إمكانية تحقيقه، وبشرحها لمجالات التطبيق، فمثلا تبدأ باقتراح محدد أو إبداع نسائي خاص يعيد تدوير أقمشة مستعملة في المنزل، فبدلا من أن يكون البنطلون الجينز القديم مجرد نفاية مكانها سلة المهملات، رأيناه في أول خبرة نسائية يبدأ بها الكتاب يتحول إلى أباجورة جميلة مميزة الشكل. وفي فصل ثان تتواصل الخبرات والإبداعات فيتم استخدام السيديهات التالفة التي تُعتبر نفايات إلكترونية، ومن الخطر أن يتلاعب بها الأطفال، أو أن يضعوها في أفواههم، ولذا تحرص الأمهات على التخلص منها برميها غالباً في القمامة.

وهُناك بعض الأفكار المُتداولة للاستفادة من هذه الأقراص وتدويرها بحيث يتم تحويلها إلى أشكال جميلة يُمكن أن تُزين بيوتنا، فمثلا من المُمكن أن نثقب خشبة دائرية من الوسط لإدخال السلك الكهربائي ونُجمع عدداً لا بأس به من السي دي ونُثبتها على الخشبة أو نُجمعها بشكل كروي أو مُربع، أو نُشكلها بطريقة هندسية لتُصبح مثل النجفة المُتلألئة.

وحتى المصابيح الكهربائية المحترقة يشرح الكتاب كيفية الاستفادة منها في عمل حدائق من الزجاج. وتمتد الأفكار لتشمل صناعة الستائر والشموع، والمأكولات فليس مقبولا أن تتجاهل الخبرات

والإبداعات النسائية المطبخ، لكن الخبرات ليست كلها اقتصادية بغرض الإنتاج، فهناك فصول تمنح سيدة المنزل خبرات لازمة في مكافحة الحشرات مثلا، أو إزالة البقع، أو تمنحها خبرات في التعرف على أنواع السجاد وكيفية صيانته، ويقدم الكتاب أفكارا لتزيين المنزل ومن أهم فصول الكتاب الفصل الأخير وهو يهتم بصحة المرأة عموما وبوقايتها من المخاطر التي قد تحدث لها نتيجة ممارسة مثل هذه الأعمال، ويقدم نصائح للعناية بجمال الوجه والأظافر، وهكذا تتكامل فصول الكتاب مع بعضها البعض في الجانب التطبيقي، كما تتكامل معها هذه المقدمة بإضافة جانب نظري لهذا الكتاب المفيد.

غادة سعيد



١ - إصنعي أباجوره من الجينز



الأدوات:

١. بنطلون جينز قديم. ٢. مقص. ٣. دبابيس للتثبيت. ٤. خيوط صوفية للتزيين. ٥. ماكينة خياطة. ٦.كمية من بكر الخيط الملون.



طريقة العمل:



١ . في البداية نُحاول إيجاد أي جزء من بنطلون الجينز القديم الذي سيتناسب مع الأباجورة.

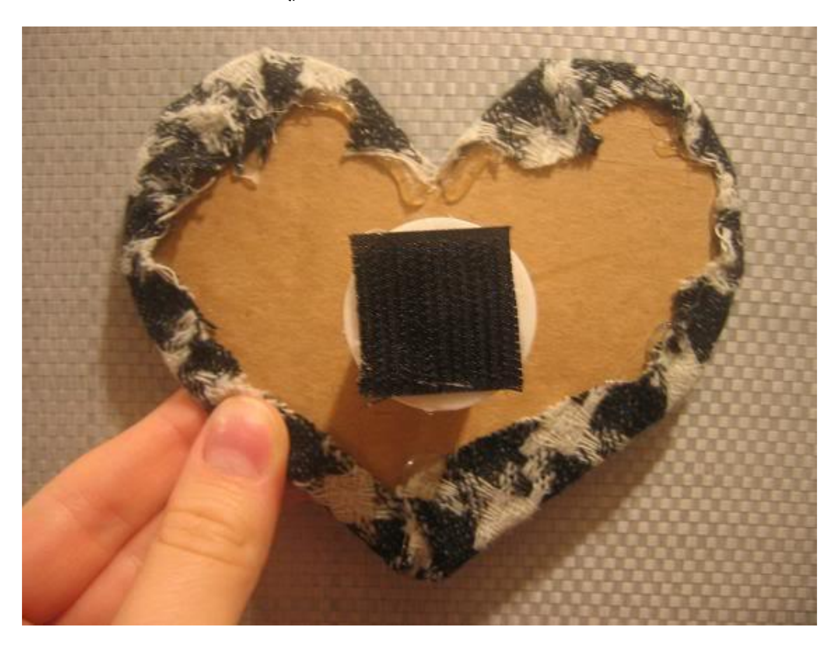

3

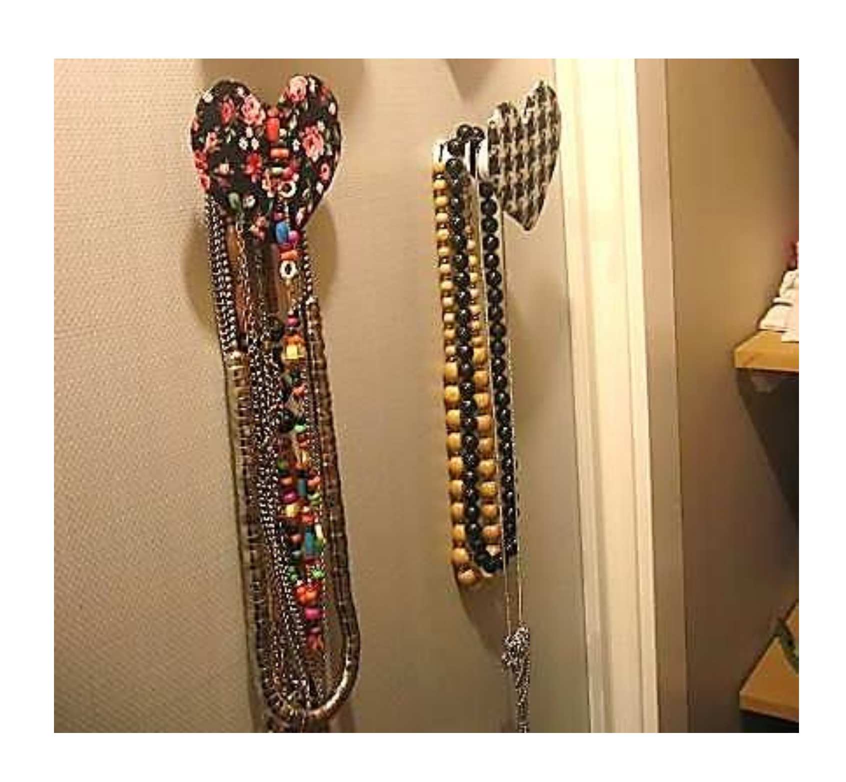
٢ - اصنعي تعليقة جميلة لإكسواراتك

١ . احضري قطعة خشب اسطوانية الشكل وثبتيها بمسمار قوي بالحائط، كما بالصورة السفلية، وثبتي فوقها كمية من الغراء، وضعي قطعة جلد خشنة السطح (من النوع المُحبب الذي يلتصق مع بعضه البعض) أو ضعي فوقها كمية مُناسبة من الغراء القوي الذي يُستخدم في التصاق الخشب بعضه ببعض.



٢ . بعد تثبيت قطعة الخشب التي تظهر بالصورة العلوية بمسمار قوي بالحائط نُحضر قطعة خشب اسطوانية أخري مشابهة للقطعة الأولي المُثبتة علي الحائط، ثُم نُثبت من طرفها الأمامي قطعة خشب علي شكل قلب وتكون مُغلفة من الأمام بورق لامع شكله جميل، أما من الخلف فهناك حلان، الأول أن تُثبت قطعة الخشب المُغلفة بالورق اللامع بدون القطعة الأسطوانية مُباشرتاً فوق القطعة المُثبتة بالحائط بواسطة الغراء القوي، أو أن تضع قطعة من الجلد المُحبب من النوع الذي يلتصق بنفسه مع النوع المُشابه له، وهكذا ستثبت قطعة الخشب الأسطوانية بزميلتها المُثبتة بمسمار علي الحائط.





٣- شموع الزهور لجمال مائدتك

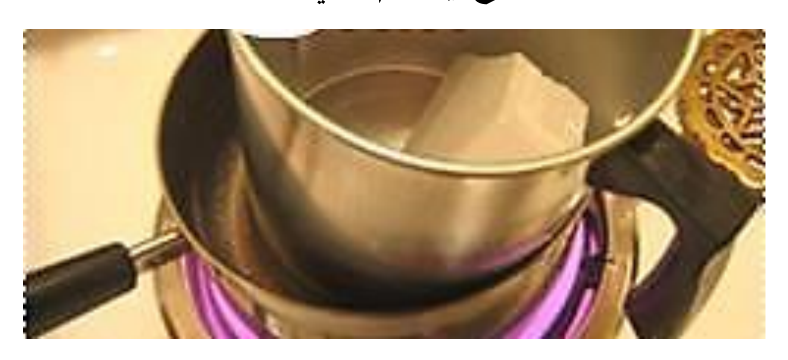
تُعتبر الشموع من عناصر الزينة الأساسية لأناقة المنزل، وتتنوع أشكالها وأحجامها واستخداماتها، ولإضفاء الجمال على طاولة الطعام تُستخدم الشموع الطافية على هيئة زهور، وهذا النوع غير مُتوفر بالأسواق، وإليك طريقة سهلة لتنفيذها بخطوات سهلة:

الأدوات:

١ . قوالب شمع بألوان مُختلفة. ٢ . فتيل قطني. ٣ . صينية من الحديد. ٤ . ورق زبدة. ٥ . سكين حاد.

خطوات العمل:

١ . يُذوب قالب الشمع في حمام مائي.



٢ . يُسكب الشمع المصهور في صينية مفروش عليها ورق زبدة.



٣ ـ يُترك الشمع المصهور حتى يجمد، ثُم يُقلب على سطح مستوٍ ويُنزع عنه ورق الزبدة، ويُقص الفتيل بالطول المُناسب.







٤ . ثُم يتم قص الشمع على هيئة أورق شجر صغيرة كما بالصورة العلوية، وهذا الخطوة تتطلب تركيز شديد.



٥ . بعد أن تم تحديد عدد من أورق الشجر وقصها يتم لفها حول الفتيل بالطريقة الموضحة بالصور التالية :


10


11


12


13


14


15

٦ . ثم يتم تنفيذ نفس الخطوات، ولكن باللونين الأزرق والأخضر.





الشكل النهائي للشموع وهي تطفو فوق الماء

٤- طُرق إزالة البُقع

١. بُقع الشمع: اكشطي الشمع برفق باستخدام آلة حادة، وضع فوقها قطعة من ورق النشاف، ومرر عليها مكواة ساخنة، وكرر ذلك، وإذا ظهرت علامة على شكل حلقة خفيفة فيُمكن مُعالجتها باستخدام البنزين.

٢ . بُقع القهوة والشاي: أسرعي بإزالتها قبل أن تثبت، بأن يُسكب عليها ماءً بارداً من ارتفاع ليتخلل الماء البُقعة، وكرري ذلك بماء مغلي، أما إذا كانت البُقعة قديمة، وكانت الثياب من القُطن أو الكتان الأبيض فانقعها في الجليسرين حوالي 10 ساعات، أو عالجي البُقعة به وهو ساخن على أن يُزال بعد ذلك بالكحول الأبيض أو يُغسل، وبالنسبة للحرير والصوف فيتم إزالة البُقعة بنقعها في ماء الأوكسجين.

٣ . بُقع الشكولاتة والكاكاو: استعملي لذلك البوراكس مع الماء البارد، ولا تستعملي مواد التبييض إلا للضرورة.

٤ . بُقع الصدأ: تُوضع شريحة ليمون بين طبقتين من الثوب فيهما بُقع الصدأ، وتُمرر مكواة ساخنة فوق المكان، وتُكرر العملية مع تجديد شريحة الليمون حتى يزول الصدأ.

٤ . بُقع الحبر: إذا كانت البُقعة حديثة، يجب قبل غسلها أن تُدعك بالخل، ويُفضل خل التُفاح، أو تُدلك بعصير ليمون وملح الطعام، وفي حالة اللون الأبيض تُنقع البُقعة في اللبن الزبادي، والأثر المُتبقي يزول بالغسيل، أما إن كانت البُقعة قديمة فيُمكن مُعالجتها كبُقعة الصدأ، ثُم تُعاد العملية باستخدام البوراكس لإزالة الصبغة.

٥ . بُقع الدهون: تُغسل بالماء الدافئ والصابون أو الصابون والصودا حسب نوع النسيج. وفي حالة الأنسجة الغير قابلة للغسل فإنها تُنظف بوضع البُقعة ووجهها لأسفل على وسادة من النسيج اللين، أو قطعة من الورق النشاف، وباستخدام قطعة من القُطن مُبللة بالبنزين يُدلك حول القطعة بحركة دائرة للداخل، وباستخدام قطعة أخرى من القُطن الجاف يُدلك بنفس الطريقة السابقة حتى تمتص قطعة القطن البنزين، وتُكرر الطريقة إلى أن تزول البُقعة.

٦ . بُقع الدِهان: تُنقع في زيت التربنتينا، وتُزال الآثار الدُهنية المُتخلفة بالبنزين، كما يجب أن تُلاحظي أنه يجب ألا تستعملي التربنتينا مع الحرير لأنه يُتلفه.

٧ . بُقع العصائر: اغمري مكان البُقعة بالماء، ثُم افركيه بفوطة سميكة مُبلله بالماء، ثُم امسحي الموضع بمحلول مُكون من رُبع ملعقة صغيرة من الصابون السائل، وفنجان من الماء الفاتر، ثُم امسحي

الموضع بفوطة أخرى نظيفة مُبلله بالماء، وإذا تعذّرت إزالة البُقعة نهائياً يُمكنك الاستعانة بمحلول مُبيّض، ولكن احذري أن يُؤثر على لون النسيج.

٨ ـ بُقعة الصلصة: اكشطي أثر الصلصة برفق، ثُم ضعي عليه إسفنجة مُشبعة بالماء البارد، ثُم اغمري المكان بمحلول مكّون من رُبع ملعقة صغيرة من صابون سائل وفنجان من الماء الفاتر، ثُم امسحي الموضع بفوطة نظيفة، ثُم بلّليه بالماء، ثُم كرري ذلك حتى تزول البُقعة.



٥- إبداعات نسائية في المطبخ

تعريف مقادير الطعام بالكوب

تسأل الكثيرات عن المقادير بالكوب وليس بالجرام كما هو مُتبع في الكتب، ومن السهل الحصول على ميزان صغير من جميع الأسواق، ولكن حرصاً منا على تسهيل الأمر لمن يريدون ذلك يمكن إتباع الآتي لمعرفة الفرق بين الجرامات والأكواب:

١ . لأننا لا نعرف حجم الكوب الذي تستخدمينه في منزلك، لذا سنحاول توحيد المقادير التي تستخدمينها، وذلك عن طريق استخدام زجاجة من زجاجات المياه الغازية، وهي ذات سعة واحدة، وهي ٢٠٠ مللي، وبالطبع تكون فارغة، وباستخدام هذه الزجاجة تكون لديك أداة لتقيسي بها حيث يكون الكيلو خمس زجاجات مملوءة من هذه الزجاجة، وقامت إحدى السيدات الفاضلات بقياس مقدار كل كوب لديها، كما عملنا على توضيح بعض الأشياء الخاصة بالمطبخ حتى لا تحتارين عند استخدامنا لبعض تلك المصطلحات:

١ . الكوب الواحد =٢٠٠جرام لكُلاً من السُكر الخشن والسمن والزبد.

٢ . الكوب الواحد = ١٧٥جرام من الدقيق المنخول، والسكر البودرة.

٣ . أيضاً اللبن الحليب الكامل الدسم.

٤ . دقيق السميط = السميد.

عمل السوائل السكرية

تبدأ كثير من الوصفات بالسكر السائل المعقود ومهم طبعاً إتباع ما تقوله الوصفة، وهناك بعض القواعد البسيطة لعمل سُكر معقود ناجح، وهي كما يلي:

١ . يجب أن يذوب السكر تماماً قبل أن يبدأ المزيج في الغليان.

٢ . يجب المُحافظة على عدم وجود بلورات السُكر على جوانب الوعاء باستخدام فرشاة حلويات مبللة، ولاحظي أن هذه البلورات يُمكن أن تحول السُكر المعقود كُله إلى كُتلة بلورية إذا ما سقطت داخله.

٣ . لا تقلبي بعد الغليان إلا إذا تضمنت الوصفة ذلك.

٤ . يجب أن يصل مزيج السكر المعقود إلى درجة الحرارة المضبوطة حسب الوصفة ثم يرفع الوعاء من على النار فوراً.

للحد من رائحة قلي الأسماك

١ . للحد من رائحة قلى الأسماك غير المُحببة والتي تملأ أرجاء المطبخ

يتم إضافة قليل من الخل أو عصير الليمون إلى زيت القلي ..كما أن إضافة قليلاً من قشر الليمون الطازج للزيت يُعطى للسمك مذاقاً وطعماً جميلاً.

٢ . لتخفيف رائحة السمك عند قليه توضع قطعة فحم غير مُشتعلة على الفُرن بجانب المقلاة مع تغطية المقلاة وفتح مروحة الشفط والنوافذ معاً.

للتخلص من المواد الدهنية

للتخلص من المواد الدهنية العالقة ببعض أواني الطهي كإناء التحمير والقلي، يتم دعكها بورق الجرائد (الخالي من الآيات القرآنية)، فذلك يُسهل من عملية غسلها بدون مجهود.

للحفاظ على الورد والأزهار

لا يُنصح بوضع ماء في الزُهرية من الصنبور مُباشرة، إنما يغلى هذا الماء أولاً ثُم يبرد فقد أثبتت التجربة أن الأزهار تظل نضرة لعدة أيام وكأنما قد تم قطفها مُنذ لحظات.

طريقة كشف العسل المغشوش

يمكن معرفة العسل الحقيقي عن المغشوش بإتباع تلك الطرق:

١ . العسل الجيد له ميل إلى التجمد كنُقطة لينه غير ناعمة، وعندما نُحللها بمقدار ضعف وزنها من الماء تُصبح سائلاً رائقاً غير خيطي.

٢ . يُذاب مقدار من العسل بخمسة أضعافه ماءً مُقطر، ويُترك لثاني يوم فإن كانت به مواد غريبة ترسبت بالقاع، أما إذا كان المحلول رائقاً فهذا يعني أن العسل جيد.

٣ . يُذاب العسل في الكحول المَخفف عيار ٥٥ درجة ويُترك لليوم التالي، فتجد رواسب صحيفيه في أسفل الإناء إن كان العسل مغشوشاً.

٤ . وضع كمية من العسل مع كمية من الماء في وعاء على النار حتى يغلي، ثُم يُرفع عن النار ويُترك فترة حتى يبرد، ثُم يُضاف إليه قليلاً من اليود ،فإذا ظهر لون أزرق أو أخضر فهذا دليل على وجود النشا في العسل.

٥ . تُضاف بضع قطرات من مادة يودور البوتاسيوم المُذاب بالماء بنسبة ٥٠ % إلى كأس فيه عسل مُذاب بالماء، أو الكحول المُخفف، فإن ظهر لون أزرق بنفسجي دل ذلك على أن العسل مغشوش بالنشويات.

٦ . تُوضع كمية من العسل، ومثلها من الماء في وعاء ثُم يُعامل هذا المزيج بمحلول البوتاسيوم، فإن ظهر لون أحمر، أو بنفسجي دل ذلك على وجود الجلوكوز التجاري به.

٧ . توضع قطرات من العسل في السبرتو (الكحول الأحمر) فإن ترسب فيه فهو عسل حقيقي غير مغشوش، أو يُسكب على إناء

حتى يكون كالخليط فإن تقطع فهو مغشوش.

٨ . تذوق نصف ملعقة صغيرة ولاحظ سُرعة ذوبانها في الفم فإذا ذابت بسرعة فهذا دليل على سلامته من الغش، والعكس بالعكس.

التخلص من الملح الزائد في الطعام :

قد يحدث أن تقومي عن طريق الخطأ بإضافة الملح مرتين للطعام نفسه، فتكون النتيجة طعماً بالغ الملوحة، وإذا حدث ذلك فعاودي غليان الطعام على النار مع إضافة بضع قطع من البطاطس النيئة المُقطعة، حيث من شأنها أن تمتص الملح الفائض.

تنظيف فرن البوتاجاز أو الميكروويف

إن انسكاب الصلصة أو الدهون بفرن البوتاجاز أو الميكروويف يؤدى الى انبعاث الدخان من الفرن، لذلك يجب غلق الشعلة وتسكب كمية من الملح على المكان الذي سقطت عليه الصلصة أو الدهون مع مراعاة أن يكون الفرن مازال محتفظاً بحرارته، وبعد دقيقة واحدة يزال الملح بقطعة قماش أو سفنجة نظيفة.

ويمكن وضع إناء به كوب من الماء المغلي وتركه يستكمل عملية الغلي في الفرن وذلك لعدة دقائق، اذ ان البخار المتصاعد يساهم في اذابة بقايا الطعام الملتصق، ثم تستكمل عملية التنظيف باستخدام قطعة قماش مغموسة في الخل.

كيفية حفظ ورق العنب

يغلى الماء المضاف إليه زيت الذرة أو الزيتون مع اسقاط ورق العنب فور غليان الماء وبعد إطفاء شعلة البوتاجاز مع مراعاة ألا يظل ورق العنب بالماء أكثر من دقيقة واحدة حتى لا يتغير لونه ونكهته، ثم يوضع في إناء به ماء بارد ثم يصفي ويحفظ في أواني زجاجية محكمة الغلق بداخلها ماء + ملح.

لعلاج البيض المشروخ قبل سلقه

إذا لاحظت قبل سلق البيض أن واحدة أو اثنتان منها أو أكثر مشروخة فيتم إضافة عصير ليمونة إلى ماء السلق أو تغليف البيضة المشروخة بورق الفويل.

للتخلص من روائح السمك في أواني الطهي

تُغسل جيداً بالماء البارد وليس الساخن واستخدام بقايا القهوة في الدعك، كما وتُغسل الأيدي بالخل أو الليمون المخلوط بالملح.

إبداعات عامة في مطبخك

ـ قبل البدء في أي شيء قومي بغسل الخضراوات قبل تقطيعها حتى تُقللي من فقد المواد الغذائية، أثناء الغسل، كما يجب عدم نقع الخضر في الماء قبل طهوها حتى نتحاشى ضياع بعض المواد الغذائية بالماء، ومن الضروري أن تعلمي أنه يجب عدم قطع الخُضر قطع صغير

جداً عند عمل السلطة لأنها تُعرض أجزاء كبيرة من الخضراوات للجو، فيُزيد ذلك من فقد الفيتامينات القابلة للأكسدة

_ لمنع سيلان الدموع أثناء تقشير البصل يجب وضع البصل في وعاء به ماء بارد مدة نصف ساعة قبل أن يُقشر، وهذه الطريقة تمنع سيلان الدموع.

_ إذا كان بالزيت أي روائح غير مرغوب فيها فاغسلي بصلة سليمة بقشرها، واقليها في الزيت قبل استعماله لمُدة ٥ دقائق ثم انتشليها بعد ذلك. وبعد القلي صُبي على البُوتاجاز أو الفرن مسحوق التنظيف، ويُمسح الفُرن بورق الصحف لأن له خاصية التلميع

. لتنظيف سيراميك المطبخ سواء الجُدران أو الأرض يُذاب قليل من الخل الأبيض وقطرات من الليمون والكحول النقي في ماء فاتر، ويلمع به السيراميك فيرجع له بريقه ونظافته.

. لتنظيف الأواني الفضية أو النحاسية وحتى تحافظ على لونها الأصلي تطلى بقليل من الفازلين أو من طبقه من روح الخل (الكولودين) متوفرة في الأسواق والصيدليات.

. لتنظيف السكاكين وأدوات المائدة غير الفضية أو المعدنية يُذاب قليل من مسحوق الغسيل في لتر ماء وبه قطرات من الليمون ويرفع على النار وتكون هادئة وتترك حتى تغلي لمدة ربع ساعة وتترك

حتى تبرد ثم تشطف وتجفف وسوف تلاحظين أنها تلمع

. لتنظيف الأواني المصنوعة من الألمنيوم قومي بفركها بقشر الليمون مع مسحوق الثوم لإزالة آثار الحروق من أواني المطبخ تفرك بقليل من الملح الخشن والليمون وتُشطف وتُجفف جيداً

. للتخلص من رائحة البصل في اليد تُفرك بقليل من البُن المطحون وتُغسل بماء وليمون.

. للاحتفاظ برائحة زكية للمطبخ يُمكن إضافة قطرات من ماء الكولونيا أثناء المسح وهي أفضل من المُطهرات العادية لأنها تبقى مُده طويلة.

. كي تُحافظي على برودة الثلاجة انزعي الفيشة لمُدة ١٠ دقائق كُل عشرة أيام، ثُم يُعاد مره أخرى للمُحافظة على قوة التبريد.

تُغسل الثلاجة مره كُل عشرة أيام بالماء والصابون، وتُشطف بماء به كولونيا، وتُجفف جيداً و كي نتحفظ برائحة زكية للثلاجة نضع قشور البرتقال والليمون مُتناثرة فيها في أطباق صغيره وبعد عملية تنظيف الثلاجة لا تُستعمل لمُدة ساعتين، ولا تُرص فيها الأطعمة.

. كي لا تختلط الروائح مع بعضها بالثلاجة نضع قليل من الفحم فيها، وذلك كي تمتص الروائح العالقة.

. حاولي نقع أدوات فتح المُعلبات في خل وليمون مره كُل شهر، ثُم

شطفها وتجفيفها كي تُحافظي على حدتها.

. لتنظيف سلة المطبخ اغسليها بماء وملح خشن، وتُشطف، ثُم تُجفف في الشمس لإطالة عُمرها.

. دعي نافذة المطبخ مفتوحة أثناء الطبخ حتى لا يترسب عليها البُخار وتحبس الروائح المُختلفة داخل المطبخ.

. لتنظيف مروحة المطبخ يُفضل فكها وغسل كُل قطعة على حدي، وتُجفف، ويُعاد تركيبها مره أخرى..

. لعلاج الحروق الناتجة عن الماء المغلي راعي عدم فقئ الفقاقيع بل وضع مُطهر عليها ولفها بالشاش المُطهر..

. لحفظ صفار البيض حتى لا يفسد بعد استخدام البياض نضع عليه ماء بارد بحيث يغطيه ويحفظ في الثلاجة لمُدة ٣ ساعات، وبعد ذلك يفسد..

. لتنظيف النُحاس تُغلي الأواني النُحاسية لمُدة رُبع ساعة في ماء مُذاب فيه قليل البوتاس، ويُجفف جيداً

لتلميع الأكواب والأواني الزجاجية تغسل بماء فاتر مذاب فيه ملح رطب وتشطف جيداً ولا تجفف بل تترك تجف طبيعي أما أكواب الكريستال فتشطف بماء فاتر مضاف له قطرات من الكحول الأبيض وتترك حتى تجف طبيعياً ـ

. لتنظيف الصيني والبورسلان من بقع الشاي دعيها تغلي في ماء به قليل من الصودا لمدة ١٠ د وتشطف وتجفف..

. لكي تحافظي على الأواني المذهبة لا تغسليها بمحلول الصودا بل استعملي الخل الأبيض في ماء الشطف .

. للتخلص من بقع الزيت على الكاونتر بالمطبخ يمكن أحاطتها بدقيق القمح لمدة ساعة وتشطف بالماء الساخن وتجفف.

. وللتخلص من بقع القهوة من أي مكان بالمطبخ يمكن إزالتها بإضافة قليل من النشادر لماء الغسيل ثم تشطف وتجفف .

. إذا صادفتك بقع من الصمغ لا تحتاري افركيها بماء وكحول أبيض .

. لتنظيف لمبات المطبخ اغسليها بماء وخل أحمر حتى تستعيد لمعانها .

. حتى تلين فرشاتك المستخدمة في دهن الصواني بطبقه دهنية تغسل بماء وخل وتشطف جيداً .

. عند فتح علبة الصلصه ينثر عليها قليل من الزيت على السطح حتى لا تتعفن وهي في الثلاجة.

. قبل وضع المربات في البطرمانات يُبخر البطرمان جيداً، ويُجفف لمنع تسرب البكتيريا إلى المربى.

. لتنظيف البقع من أواني الملامين ينثر فوقها الملح الخشن والليمون والبن وتُفرك جيداً، وتُشطف وتجفف.

. في حالة وجود بساط على أرضية المطبخ ننثر القليل من نشارة الخشب تحتها لمنع التزحلق والوقوع.

. حتى تحفظي الأواني الفضية أو النيكل لامعه تفرك بقطعه صوفية مبلله

لتنظيف الأواني المصنوعة من القصدير تبل قطعه من الصوف بزيت البترول وتُفرك به الأواني فتُصبح لامعه مثل الفضة.

ولتنظيف الفضيات المشغولة تغسل بماء دافئ وتنظف بفرشاة أسنان مغمسه بالنشادر والصابون وتوضع في نشارة الخشب الخشنة وتترك فيها إلى أن تجف وتفرك بقطعه ناعمة من الجلد.

٦- طرق التعرف على السجاد والعناية به

قبل شرائك لأي سجادة يجب التعرف على جميع أنواع السجاد ومزاياه، ومعرفة كيفية العناية بهذا السجاد، وطرق إزالة البقع عنه والحفاظ عليه:

١ . السجاد الإيراني (العجمي): وتتم حياكته بالصوف والحرير والقُطن، وتُعتبر بعض أنواعه من أغلى السجاد في العالم حيث تصل عدد عُقده بالقدم المُربع إلى مليون عُقدة لبعض الأنواع.



٢ . السجاد التُركي: ويُعد من أفخم وأفخر أنواع السجاد عالمياً،

يُحاك من الحرير، ويُطعم بالخيوط المُقصبة والذهبية، ويغلب على نقشاته الطابع الزخرفي الإسلامي، كما تُضاف إليه بعض الكتابات بالحروف العُثمانية، أما ألوانه فهي مُتنوعة وزاهية.



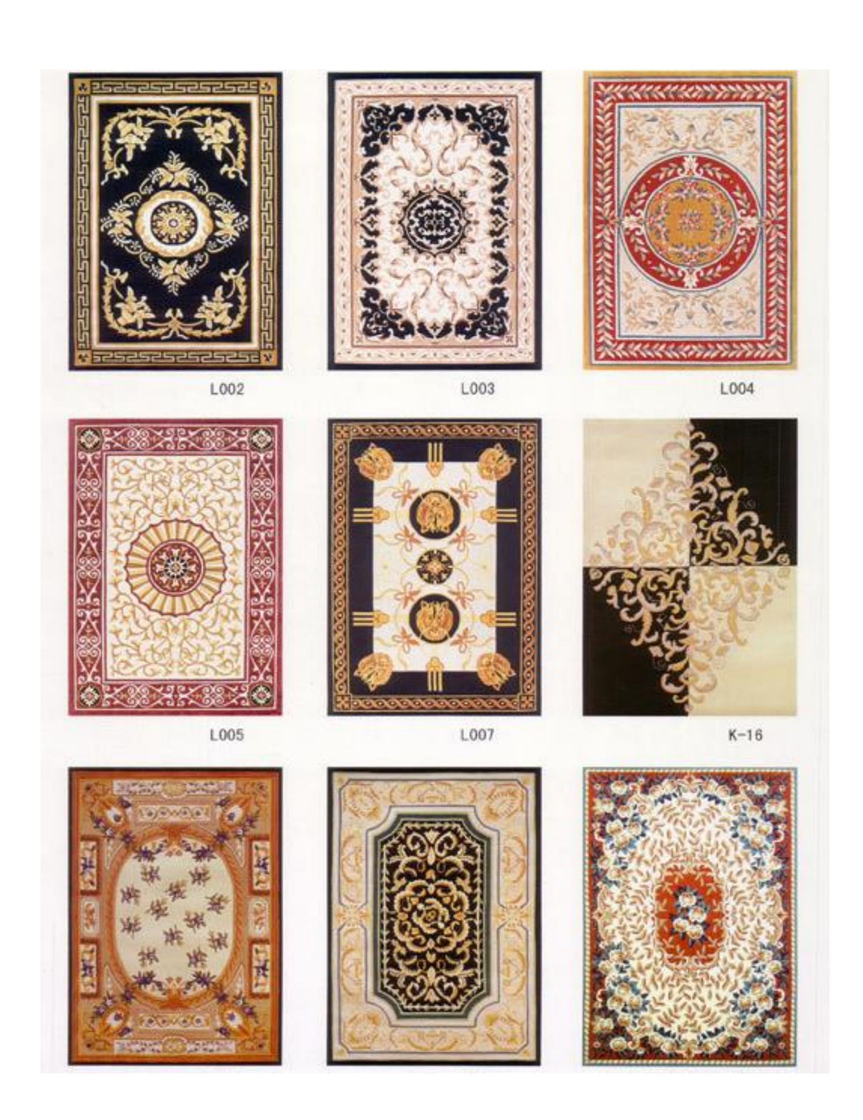
٣ ـ السجاد الصيني: نقشاته هادئة وكلاسيكية مثل الورد والأزهار، كما يتميز بِغنى ألوانه وتنوعها، إلا أنه يفقد رونقه وقيمته مع مرور الزمن، ويُستعمل الصوف العالي الجودة على وجه السجادة.



٤ . السجاد القوقازي: يُستخدم رموزاً هندسية مثل النجوم والمُربعات أو الأزهار والحيوانات، وألوانه مُتنوعة بين الزهري والأزرق والأخضر والأصفر والبُرتقالي، ومصنوع مُعظمه من الصوف.



٥ . السجاد اليدوي: رغم التقدم التكنولوجي في صناعة وإنتاج السجاد وتوفره بأشكال وألوان ونماذج مُتنوعة وأسعار مُنخفضة إلا أن الجميع يتمنون اقتناء قطعة ولو صغيرة من السجاد اليدوي، والذي يُعد تُحفة فنية للمنزل.



كيفية العناية بالسجاد

١ . يجب عدم غسل السجاد إلا عند الضرورة القصوى، ويُنصح باستخدام الإسفنجة المُبللة، وذلك لأنها تُحافظ على وبرة السجادة عكس قطعة القماش.

٢ . للتنظيف اليومي اختاري المكنسة الكهربائية، وبعدها امسحيها بقطعة قماش مُبللة بالخل للحفاظ على رونقها.

٣ . يُفضل تهوية السجاد وعدم ضربه بقوة خوفاً من إتلاف خيوطها.

٤ . قبل تخزين السجاد ضعي السجاد في الشمس لإزالة الرطوبة منه، ثُم لفيه على شكل اسطوانة ورشي حبات من الفلفل الأسود بين طياته، أو بمسحوق النفتالين.

٥ . عدم تعريضه السجادة للشمس لفترة طويلة حتى لا تتأثر ألوانها.

حماية السجاد والمنزل من الحشرات المنزلية

تُعتبر مادة النشادر من أفضل المواد الطاردة للحشرات المنزلية، كما ويُمكن الاستعانة بها بنثرها في أرجاء المطبخ وحول صندوق القمامة.

اصنعي بنفسك مبيد حشري للتخلص من الحشرات المنزلية

طرق فعالة للحد من الحشرات والسيطرة عليها : ـ

١ـ النمل :ـ

. خليط من البودرة والخل سيُساعد على اختفائه.

. رش ملح أو ماء به صابون على النمل يجعله يهرب.

. هُناك لافتة تحمل "ممنوع الدخول" عندما تستخدم النعناع بأي

صورة من صوره علي النمل.

٢ـ حشرات السجاجيد :ـ

. التنظيف المُستمر للسجاد باستخدام المكنسة الكهربائية يُخلصك من الحشرات القاطنة به... وبالمثل الشعر الذي يوجد عليه مأوي الحشرات.

. تجنب تراكم الأتربة في الأماكن التي يمكن أن تتواجد فيها الحشرات عند الحدود الخارجية للسجاد, تحت الأثاث... إلخ، فهي نفسها مصادر غذائه.

٣ـ عثة الملابس :ـ

يجب إتباع هذه المواصفات لتخزين الملابس : .

أ . أن تكون نظيفة سواء أكان ذلك بالتنظيف الجاف أو الغسيل اليدوي, على أن يتم كيها أيضاً.

ب . أن يكون مكان التخزين جافاً وبارداً.

ج . ملابس الفراء تُخزن في أماكن مجوفة شبيهة بالقباب للحفاظ على فروها.

س . التخلص من عش الطيور أو الحشرات في المنزل أو حوله.

ق . الملابس المُخزنة لفترة طويلة بدون استخدام مثل الفراء أو الجلود على الأرفف أو الأدراج غالباً ما تكون مصدراً للعدوى.

٤ـ الصراصير :ـ

. يُوضع مسحوق البوركس حول المداخل, مع الاحتفاظ به بعيداً عن متناول الأيدي.

٥ـ البراغيث :ـ

. نثر الخميرة الجافة أو الثوم الطازج يُخلصك من البراغيث, وإذا كان لديك حيوانات أليفة في المنزل فعليك بتمشيط فرائها بالخميرة.

٦ـ الحشرات الطائرة :ـ

. وضع أوراق الريحان أو الكستناء حول الفاكهة لطرد حشراتها.

. عند تحضير الطعام في مكان مفتوح, عليك بإشعال الشموع ووضعها بالقرب من اللحم غير الناضج فهي تعمل على طرد الحشرات الطائرة حتى تنتهي من أكله.

. ومن الحلول الملائمة رائحة اللافندر.

٧ـ حشرات الحديقة :

. نثر رماد الخشب على الأوراق لتجنب تكون العفن عليها.

. الثوم والفلفل الحار كلاهما من الوسائل الفعالة ضد الحشرات

٨ـ الخنفساء:

. الخُنفساء يُمكنك مطاردتها بخلط ملعقتين من مسحوق غسالة الأطباق مع ٥٠٠ ملي لتر من الماء، ثُم رشه على النباتات... وتكرار

هذه العملية من ٥ ـ ٧ أيام حتى تمام اختفاء الحشرات... ويُستخدم هذا الإسبراي أيضاً مع يرقات الفراشات.

٩ـ الفئران:

ـ عمل شاي بالنعناع ثُم تصفيته ووضعه حول الأماكن التي يُمكن أن تتردد عليها الفئران.



٧- الشاي يلُمِّع الأثاث وينُظف السجاد

للشاي استخدامات منزلية مُتنوعة، فإلى جانب كونه مشروباً يجلب هدوء الأعصاب وضبط المزاج، فإنه يُستخدم لتجديد السجاد يُمكن رش مسحوق الشاي على المناطق البالية واتركيه لعشر دقائق، وبعد ذلك اكنسي السجاد كالمعتاد، وسيعمل الشاي على امتصاص المواد المُتلفة للسجاد.

ولتلميع الأثاث الخشبي عليك إعداد شاي عادي بدون سُكر واتركيه حتى يبرد، ثُم بللي قطعة قُماش به وامسحي الهيكل الخشبي للأثاث، وأول أكسيد الكربون الموجود بالشاي يمنح الخشب مظهراً لامعاً.

ولتطريه اللحم المسلوق أو المشوي وجعل طهيه سريعاً ، رُشي بعضاً من الشاي الجاف على شريحة اللحم وستُلاحظين الفارق الذي سيصنعه في طراوة اللحم وسُرعة وزمن طهوه، حيث يعمل الشاي علي كسر الروابط بين جُزئيات البروتين في أنسجة اللحم. ولجعل الخضراوات أكثر فائدة وألذ أضسفي عدة أكياس شاي إلي الماء الموجود في إناء الطبخ علي البُخار، فمن شأن الشاي أن يُضيف إلي الخُضراوات مُضادات أكسدة طبيعية.

ولإزالة بُقع الدهون من على مفرش السُفرة القماشية انقعي المفرش لمُدة عشرين دقيقة في إناء كبير مملوء بالشاي الساخن غير المُحلى، ثم أخرجيه وانقعيه بماء ساخن فقط ولمُدة عشر دقائق، ثم اغسليه بالماء الفاتر كالمُعتاد.

وللتخلص من جفاف الشفاه وتشققاتها خلال فصل الشتاء ضعي كيسين من الشاي العادي (الناشف) في الثلاجة لمُدة دقيقتين، ثُم وأخرجيهما واعصريهما بأصابعك قليلاً لتتخلص من قطرات الماء العالقة من بُخار الثلاجة، ثُم امسحي شفتيك بهما لنصف دقيقة، وسيعمل الشاي علي إزالة الخلايا الميتة من أنسجة الشفاه ويُرطبها ... وللرجال نصيحة أيضاً وهي لإيقاف نزيف الجروح الناتجة عن الحلاقة اضغط بكيس شاي (ناشف) علي الجرح مُباشرة لمُدة لا تقل عن نصف دقيقة، وستُلاحظ إن الشاي قد ساعد علي إيقاف النزيف، وعجل في تجلط الجرح.

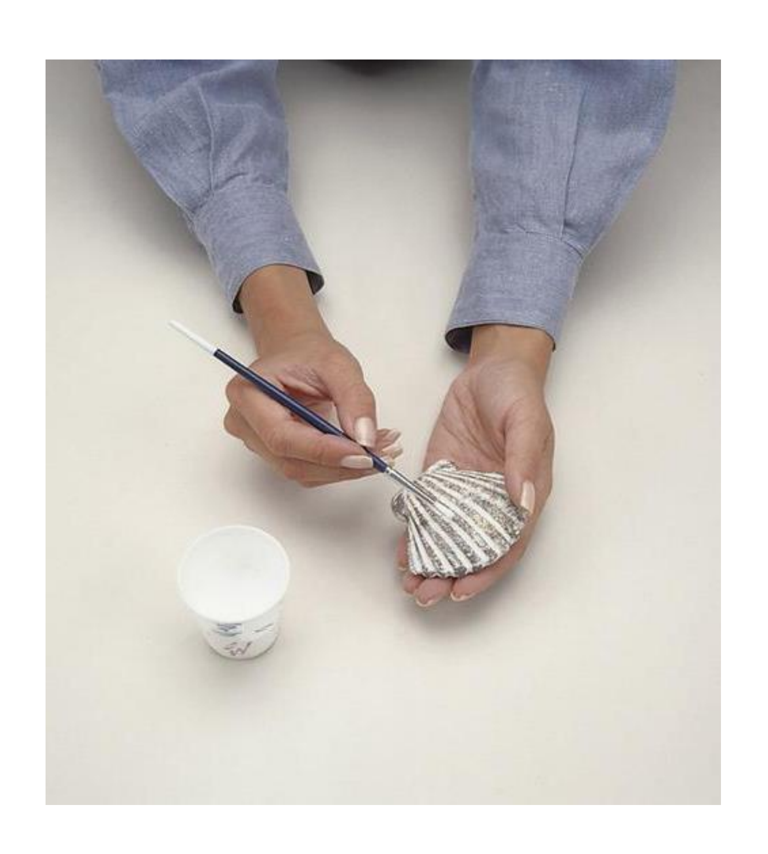
بسبب استخدام الفُرن وارتفاع درجة حرارة البيت تجف النباتات المنزلية وتذبل أوراقها، ولتجنب ذلك ألقِ بمجموعة من أكياس الشاي المُستعملة في أصيص النبات وستجدين أن أكياس الشاي ستعمل علي حفظ رطوبة التُربة بعد ريها ولفترة طويلة، ولن يؤنبك ضميرك حينما تنسين ري النباتات في يوم من الأيام لتجديها ذابلة في اليوم التالي ... وبعد أن تخفت نيران موقد الحطب أو الفحم، فإن الرماد

الناتج قد يُشكل عائقاً لربة البيت التي ترغب بكنس السجاد حول الموقد، فهواء المكنسة سيجعل الرماد يطير من الموقد ليُغطي السجاد، ولتفادي ذلك، يُمكن للسيدة إفراغ مجموعة من أكياس الشاي المُستعملة في الموقد، وسيتولى الشاي الرطب تحويل الرماد إلي كُتل ثقيلة نسبياً وعسيرة التطاير.

٨- عمل ستارة من الشيفون والأصداف



١ . في البداية يجب أن تُحضري كمية كبيرة من أصداف البحر الطبيعية، كما يجب أن تكون أصداف البحر هذه كبيرة الحجم، ثُم قومي بتلوينها باللون الذي يتناسب مع ديكورك كما بالصورة.



٢ ـ بعد أن قُمتي بتلوين أصداف البحر الطبيعية بألوان تتناسب مع ديكور منزلك قومي بقياس عرض شُرفتك أو شباكك، وذلك كي تحسبي كمية قماش الشيفون التي ستحتاجينها لتغطية واجهة الشُرفة أو الشباك، وأيضاً كي تقومي بحساب عدد الصدفات التي ستحتاجينها لتضعيها علي حافة الشُرفة العلوية.



3 . بعد أن قُمتي بقياس واجهة الشرفة أو الشباك بالمتر، اعملي علي تثبيت قماش الشيفون بالمسامير ولكن بالتساوي، أي بحيث تكون المسافة بين كُل مسمار والآخر مُتساوية، وذلك كي يكون شكل الصدفات جميلاً ... وفي النهاية ستحصلين علي ستارة جميلة الشكل تُضيف شيئاً جميلاً لمنزلك وديكورك.



٤ . إحضار مُسدس شمع، وثبتي الصدفات المُلونة فوق المسامير، وذلك كي تُخفي الصدفات الجميلة شكل المسامير الغير جميل، وهكذا ستكون الستارة جميلة الشكل، ورخيصة التكلفة.

٩- ماذا تفعلين بأقراص السي دي القديمة ؟

تراكم الأقراص المُمغنطة (السي دي) القديمة في البيوت يُسبب إزعاجاً، ومن المعروف أنها تُعتبر نفايات إلكترونية، ومن الخطر أن يتلاعب بها الأطفال، أو أن يضعوها في أفواههم، ولذا تحرص الأمهات على التخلص منها برميها غالباً في القمامة. وهُناك بعض الأفكار المُتداولة التي تبتدع طُرقاً للاستفادة من هذه الأقراص وتدويرها بحيث يتم تحويلها إلى أشكال جميلة يُمكن أن تُزين بيوتنا، ومنها مثلاً تزيينها بالورود أو بمسند سي دي آخر، أو تشكيلها كزنبقة الماء واستخدامها في البيت والحديقة، أو أن نُزين بها الشموع، ونستخدمها كعلبة مدورة ونصبغها ثُم نُزينها بالنجوم، ومن المُمكن أن نثقب خشبة دائرية من الوسط لإدخال السلك الكهربائي ونُجمع عدداً لا بأس به من السي دي ونُثبتها على الخشبة أو نُجمعها بشكل كروي أو مُربع، أو نُشكلها بطريقة هندسية لتُصبح مثل النجفة المُتلألئة.



١٠- نصائح لذيذة

الطعم الطازج للبن البودرة

لإضفاء نكهة الطعم الطازج للبن البودرة يُمكنك إضافة ذرة ملح إليه.

للتخلص من رائحة الثوم

للتخلص من رائحة الثوم والبصل من يديك القيام بفرك اليدين بتفل القهوة، ومن الفم بتناول عيدان البقدونس الأخضر.

للحفاظ على رائحة ونكهة السمن البلدي

يضاف كوب من اللبن الزبادي ثُم تُرفع إلى النار ليغلى لمُدة عشر دقائق مع التقليب المُستمر.

لاختبار صلاحية البيكنج بودر

إضافة قليل منه إلى الماء، فإذا حدث فوراناً فإنه يكون صالحاً، أما إذا لم يحدث هذا التفاعل فهذا دليل على انتهاء صلاحيته.

لتطرية شرائح البوفتيك

إضافة قليل من الخل إليها وتركها لعدة ساعات قبل القيام بعملية الشى.

أفضل طريقة لشى اللحوم والأسماك

يتم وضع صينية بها ماء مغلي أسفل الشواية لأن ذلك يُساعد على امتصاص الدخان المُتصاعد من الشى بدلاً من انتشاره بالمطبخ، كما أن نثر قليل من الملح في الصينية الموجودة أسفل الشواية يُساعد على عدم احتراق المادة الدُهنية الناجمة عن عملية الشى، ولاختصار وقت عملية الشى يُمكن شق اللحوم بسكين حاد بخط مائل.

للحفاظ على الزُبد:

لا تترك العلبة الخاصة بحفظ الزُبد في الثلاجة بدون غطاء لأن الدهون تتحد مع الأوكسجين الموجود بالهواء، فيُصبح الزُبد كريه المذاق بسبب فساده.

عصائر الفاكهة

لا تحفظ العصائر بوعاء بدون غطاء لأن فيتامين " ج " يفسد بتعرضه للهواء.

لحفظ الملح

أفضل طريقة للحفاظ على ملح الطعام من عدم تسرب الرطوبة إليه بوضع بضع حبات من الأرز الجاف إلى الملاحة.

اللحوم والدواجن المُجمدة:

أقصى مُدة لحفظ الدواجن المُجمدة شهرين في درجة حرارة ١٠

تحت الصفر، و أربع أشهر في درجة حرارة ١٨ تحت الصفر، و٨ شهور في درجة حرارة ٢٤ تحت الصفر. ويتم إخراجها من الفريزر قبل عملية الطهي بنحو ١٢ ساعة وتوضع في رف الثلاجة الأسفل، ومن الأخطاء الشائعة وضعها في ماء ساخن لسُرعة ذوبانها لأن ذلك يؤدى إلى تشقق الأنسجة الرابطة، ويُفقدها المذاق الشهي، كما أن الثلج الذي لا يزال عالقاً باللحوم سيستهلك جُزءاً كبيراً من حرارة الطبخ ولا يصح بأي حال من الأحوال إعادة تجميدها مرة أخرى لأن بعضاً من صفاته قد تغيرت.

صلصة الطماطم أولاً هي لا تُسبب عُسر الهضم، لأنه يحدث نتيجة لما يُضاف إليها أثناء الطهي مثل البصل والثوم وتعرض تلك الإضافات للقلي والتحمير، وأفضل طريقة لحفظها بالثلاجة عدم تركها بالعبوة المعدنية ونقل ما تبقى في عبوة زُجاجية، وإضافة بعض زيت الطعام إليها.

إضافة الملح للطعام

يُفضل إضافة الملح إلى الطعام قبل نهاية عملية الطهي بقليل لأن ذلك يُساعد على اختصار وقت الطهي والحفاظ على القيمة الغذائية للطعام.

١١- نصائح لصناعة الحلويات

تنجح صناعة الحلويات مع الالتزام بالقواعد وإتباع طريقة الإعداد والمقادير بدقة، ويجب قراءة الوصفة وطريقة الإعداد قبل أن تبدأي في تحضير الأدوات والمواد الأولية، وينبغي الحرص أثناء إعداد العصائر والسوائل السُكرية التي تتطلب درجة حرارة مُرتفعة وتقليبها بهدوء بملعقة خشبية، وتجنب أية طرطشة، ويُراعى نقل الوعاء الساخن من الفرن على قطعة قماش وعلى سطح لا يحترق بسهولة، ولا تلمسي الوعاء الساخن أبداً، ولا تحاولى وضع أصابعك في السوائل لأن حرارتها تكون شديدة.

اختبار السكر المعقود

هُناك طريقتان لاختبار السكر المعقود وهما : .

أولاً : . باستخدام ترمومتر السكر، بوضعه في الوعاء على أن تكون بُصيلة الزئبق تحت سطح السكر المعقود بعد أن يكون قد وصل لمرحلة الغليان ورفع الوعاء من على النار فور الوصول إلى الدرجة المطلوبة.

ثانياً : . استخدام ملعقة صغيرة بيد طويلة لأخذ كمية صغيرة من السائل تنقلينها إلى إناء به ماء مثلج والتقليب بالأصابع لتشكيل كُرة،

ويتكون ما يلي عند درجات الحرارة المُختلفة : .

١ . يكون بين أصابعك خيط لين جداً عند درجة حرارة ١٠٥ مئوية.

٢ . تجرى بين أصابعك كرة طرية عند درجة حرارة ١١٥ مئوية.

٣ . عند درجة ١٢٢ مئوية تتشكل بين أصابعك الكرة ويثبت شكلها.

٤ . عند درجة حرارة ١٣٨ مئوية تتشكل خيوط هشة لكن متماسكة.

٥ . تتكون خيوط صلبة عند درجة حرارة ١٥٤ مئوية وبعدها يستحيل استخدام اليد.

الأدوات

١ . استخدمي مقلاة معدنية ثقيلة القاعدة بالحجم الذي توصى به الوصفة، مع وجود ترمومتر قياس درجة حرارة السكريات السائلة فهو من أهم أدوات إعداد الحلويات لأنه يخلصك من الحيرة، كما يجب اختيار ترمومتر علاماته وأرقامه كبيرة وواضحة.

٢ . الملعقة الخشبية ذات اليد الطويلة لا توصل الحرارة وتقلب جيداً إلا أن بعض الوصفات قد تتطلب خلاطاً أو مضرباً كهربائياً.

٣ . قطعة الرخام الكبيرة مهمة جداً لإعداد الخلطات الساخنة.

٤ . القمع مهم ويمكن عمله بورقة من النوع المقاوم للدهون وطيها نصفين، فتشبه المثلث، ثم نملأ القمع بالشيكولاتة السائلة

ونضعها على التورتة أو الجاتوه الذي تريدين تزيينه، ويعتمد عمل القمع على الجزء الأعلى منه حيث يمكن الضغط بأصابع اليد لتخرج كمية أكبر.

٥ . فرشاة صغيرة بيد طويلة.

٦ . سكين لتقطيع الشيكولاتة الخام التي يُنصح بوضعها في الفريزر قبل التقطيع بفترة وجيزة إذا كان الجو حاراً، وأفضل النتائج يمكن الحصول عليها من خلال العمل في درجة حرارة باردة وجافة. ويجب أن يتم تذويب الشيكولاتة الخام تدريجياً حتى لا تحترق بمعنى أنه لا ينبغي وضعها فوق النار مباشرة لكن في إناء مقاوم للحرارة موضوع في وعاء به ماء (حمام مائي) ويتم التقليب، ويجب الحرص حتى لا تتعرض الشيكولاتة للماء ولا تتصلب، وإذا تصلبت لا تصلح مُطلقاً، كما يمكن استخدام الميكروويف لتذويب الشيكولاتة.

٧ . يمكن استخدام الشيكولاتة بعد إذابتها لعمل أشكال متنوعة جميلة بواسطة الفناجين والأوعية الورقية الصغيرة المخصصة لذلك، ونستخدم شوكتان لوضعهما عند التزيين.

٨ . يُراعى تخزين الشيكولاتة الخام في درجة حرارة ١٦ مئوية في مكان جاف حتى لا تتكون مادة سكرية بيضاء على سطحها، وتوضع في أكياس بلاستيكية بعيداً عن الأطعمة الأخرى.

لصنع كيكة هشة

لصُنع كيكة هشة يتم إضافة قليل من الملح إلى البيض عند خفقه، كما ويُمكن استخدام اللبن الزبادي بدلاً من اللبن الحليب وسوف يُعطى نفس النتيجة.

١٢ - إبداع فني من كرتونة مسحوق الغسيل

استفيدي من كرتونة مسحوق الغسيل الفارغة واصنعي منها قطعة فنية بطريقة سهلة، ويجب أن تُحضري الأدوات التالية : ١ . كرتونة مسحوق غسيل كبيرة. ٢ . كيس كبير من البلاستيك. ٣ . قطعة كرتون كبيرة أخري. ٤ . فازلين للتغليف. ٥ . وردتان صغيرتان. ٦ . وورقة زبدة. ٧ . شرائط من الساتان. ٨ . كمية مُناسبة من الغراء.

الطريقة :

١ . في البداية تم تطبيق هذه الفكرة علي كيس كبير من المُنظف الصناعي داك.



٢ . نغلف الكرتونة بورق زبدة (ويُمكن أن نضع ورق أبيض عادي كالذي يصلح لطباعة الكمبيوتر)، ونقوم بذلك كي لا تظهر ألوان علبة المسحوق أو أي كتابة أخري.



٣ . بعد أن ثبتنا الورق الأبيض علي الكرتونة من الداخل والخارج نقوم بتغليف الكرتونة من الخارج بورق ظريف الشكل كما يالصورة السفلية، ثُم ندهن الكرتونة بطبقة رقيقة جداً من الفازلين، أو يُمكن الاستغناء عن الفازلين ونلصق من البداية ورق لامع وجميل الشكل.



٤ . بعد ذلك نضع يد الكيس من شرايط الساتان العريض، ويجب تثبيتها جيداً كي لا تنقطع إذا وضعتي شيء ثقيل بالكرتونة.



٥ . بعد ذلك نُثبت جُزء من الدانتيل الذي يتناسب مع لون الورق جميل الشكل الذي وضعناه، ونُثبته علي جوانب الكرتونة.

٦ . بعد ذلك قومي بتثبيت عدد من الأزهار الصناعية جميلة الشكل في الأماكن التي ترينها مُناسبة مثل الحواف أو الأطراف، وثبتيها بالصمغ فوق قماش الدانتيل، وبالنهاية اتركيها لتجف، وسيصير لديكِ علبة لملفاتك جميلة من مسحوق غسيل.



١٣- مصباحك المُحترق لوحة فنية

١ . من الأشياء المُتوفرة بالبيت المصابيح الكهربائية التي تحترق، وبالطبع يُلقي بها في سلة المُهملات، ولكننا نسعى للتميز لذا نقدم طريقة جميلة لتحويل هذه المصابيح القديم لأشكال جميلة تُزين بيتك، في البداية نعمل علي إزالة الجزء السفلي من المصباح كما بالصورة التالية.



٢ . بعد ذلك نعمل علي إزالة قلب المصباح (الأسلاك والزُجاج المُلتصق بالجزء المعدني الموجود بمؤخرة المصباح) ويكون ذلك باستخدام بنسة أو زردية.



٣ . أزيلي القلب بحرص، ثُم نظفي المدخل جيداً كما بالصورة التالية.



٣ . أعملي علي لصق قطع زجاجية بسيطة بقاعدة المصباح كي

يظل المصباح ثابتاً ولا يتحرك باستمرار كُلما وضعتيه علي الأرض.



٤ . أعملي علي وضع كمية من الرمل داخل المصباح (حوالي ثُلث حجمها).



٥ . ضعي بعض الزهور والأوراق الخضراء أو حسب اختيارك داخل المصباح.



٦ ـ وهكذا يكون الشكل النهائي.



١٤- جملي منزلك بالحدائق الزجاجية

تستطيعين أن تحولي أي إناء زُجاجي وبأي حجم لحديقة منزلية جميلة، وللبدء تُوضع في أسفل الإناء الزُجاجي بعض الرمل والحصى الصغير جداً، وذلك لتسهيل عملية صرف المياه، ثُم تُفرش عليه طبقة من الطمي الخفيف جداً، ويُخلط معه كمية من النباتات المقطعة بطبقة حوالي من ٥ : ٧ سم، وهذا حسب حجم الآنية المُستخدمة، ولكن يجب الاحتراس وعدم تلوث جُدران الآنية بالأتربة، وذلك لأنها ستكون صعبة التنظيف فيما بعد، وبعد زراعة النباتات يُستحسن وضع قطع من خشب الأشجار الميتة، وإليك الخطوات :

والقاعدة الأساسية عند تصميم هذا النوع هو الصبر الذي يحتاجه المُصمم إلى أن ينتهي من الزراعة داخل الأواني، ولكن بعد اكتمال هذا العمل فإن هذه الحدائق لا تحتاج إلا لعناية قليلة، وعند اختيار الإناء وبأي شكل يجب أن تتبع الطريقة التالية : .

١. وضع طبقة من الحصى الصغير بسُمك ٢ سم لتصريف الماء، ولمنع تعفن جذور النباتات.

٢ . وضع طبقة من التُربة المُناسبة، كما يجب أن تكون طميية أو رملية مخلوطة مع بيت موس (نباتات مقطعة) بسمك ٥ : ٧ سم.

٣ . تُختار النباتات الصغيرة بعناية، ثُم تُوضع برفق علي الرمل المخلوط.

٤ . بعد زراعة أكثر من نبتة مُختلفة الحجم واللون تُوضع قطع من الحجر الكبير نسبياً أو قطع خشبية من أشجار ميتة لتكون مُكملة للمنظر العام.

٥ . ممكن وضع حامل بلاستيكي تُوضع في أعلاه صورة لطفل أو أي صورة شخصية.

٦ . يجب العناية في الري حيث تُوضع نقط من المياه على سطح الزُجاج، ولا تُرش التُربة مُباشرة حتى لا تُسبب بُخار أو رذاذ على الزُجاج فيصعب تنظيفه.

ومن الشروط الواجب إتباعها في عمل الحدائق الزجاجية ما يلي :-

١. لابد أن يكون الزجاج شفافاً تماماً حتى لا يحجب أي كمية من الضوء.

٢. تُستخدم أنواع النباتات التي تستجيب لنفس الاحتياجات البيئية من رطوبة وحرارة وضوء حيث أنه يجب مُعاملة جميع النباتات في الإناء الواحد مُعاملة جماعية وليس معاملة فردية على أساس كل نبات على حدة.

٣. تُستخدم فقط أنواع النباتات البطيئة النمو والتي تتحمل رطوبة ولا تتعفن نتيجة الرطوبة.

٤. تُختار نباتات بطيئة النمو جداً ولا تُسمد إلا نادراً حتى لا تنمو نمواً زائداً يُشوه المنظر.

٥. يُفضل عدم زراعة نباتات مُزهرة حتى لا تتسبب الأزهار المُتساقطة في قذارة الإناء.



هذا النوع من الزُجاج يُمكن شراءه من محلات بيع الأسماك وطيور الزينة : ـ

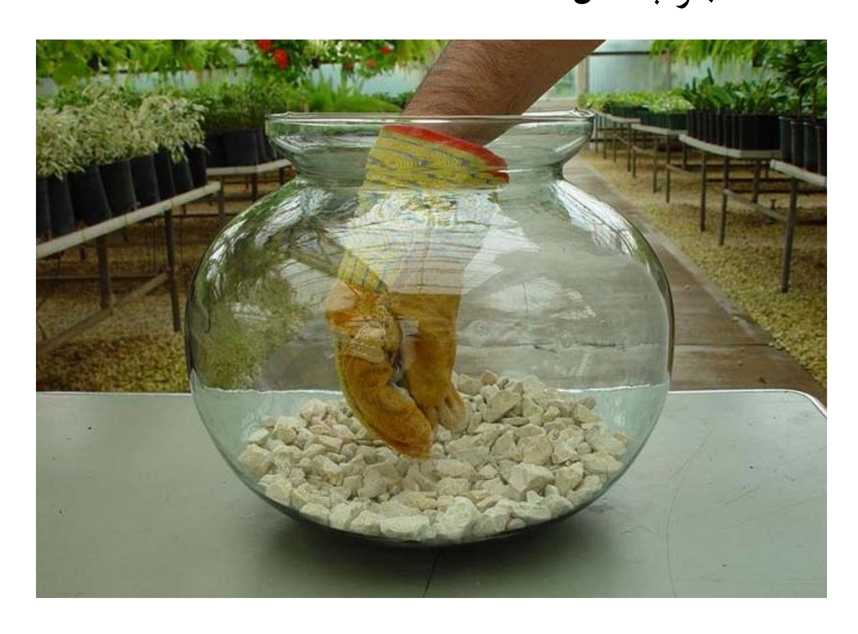
أولاً : تجهيز المواد الأساسية لعمل الحديقة الزجاجية : ـ

أ ـ زجاجة مُناسبة.

ب . نباتات صغيرة.

ج . خليط من الرمل والبيتموس.

د . أحجار بأشكال مُختلفة.



ثانياً : وضع أحجار صغيرة في قاع الزجاجة.



ثالثاً : وضع طبقة من خليط الرمل مع البيتموس.

رابعاً : البدء بوضع النباتات الصغيرة برفق.



١٥- تجميل البيت بالورود القماشية

أولاً : التعامل مع القماش : ـ

١ ـ في البداية يجب أن تنتبهي أن القماش لا يُستخدم على حاله هكذا، بل نضعه في غراء أبيض شفاف، وستحتاجين إلي كمية من القماش، وستحتاجين إلى نصف كوب غراء أبيض، ونصف كوب ماء، ونُذوب الغراء الأبيض جيداً في الماء، ونضع الغراء والماء في وعاء واسع، ونضع القماشة كُلها في الغراء المُذوب في الماء، ومُمكن نستخدم بواقي القماش، وبعد أن تتشرب بالغراء والماء ننشرها على حبل، ولكن يجب فردها جيداً على الحبل بحيث لا تكون مُلتصقة ببعضها في أي جُزء، وافرديها جيداً ولا تضعي المشبك إلا على الطرف فقط، وهذا الطرف لن يُستخدم، أي أنه يجب أن ننشرها من نصفها مثلاً، أو من ثُلثها وإلا فلن تصلح للاستخدام بعد أن تجف، والغراء الأبيض الشفاف ليس الغراء الأبيض العادي، وذلك لأننا سنستخدم ألوان الأقمشة التي سنستخدمها.

٢ ـ بالنسبة للقماش الشفاف نتعامل مع القماش بشكل آخر، وهو أن نستبدل الغراء الأبيض بالجيلاتين والماء، ونضع شريحة من الجيلاتين في الماء لرُبع ساعة تقريباً أو إلى أن تذوب في الماء، وهى

شريحة مثلاً ٢٠ سم في ٢٠ سم، ونضع معها نصف كوب ماء، وعندما تذوب في الماء نضعها على النار إلى أن تسخن، وما أن تبدأ في الغليان نرفعها من على النار، وقبل أن تبرد قليلاً نضع بها القماش الشفاف كالشيفون أو أي قماش شفاف آخر. والجيلاتين يُعطى لمعه للقماش، ولو لم يذوب فإنه يُعطى شكل جُزيئات على القماش، أما بالنسبة لنشر القماش علي الحبل، فإنه بنفس الطريقة السابقة في نشر القماش بالغراء ... وهكذا نكون قد جهزنا القماش الذي سنشتغل بيه الورود، وسنجد أن القماش أصبح به نوع من المطاطية، وأصبحت أطرافه لا تتنسل، ونبدأ بصُنع الأزهار، وإليك أول زهرة :.



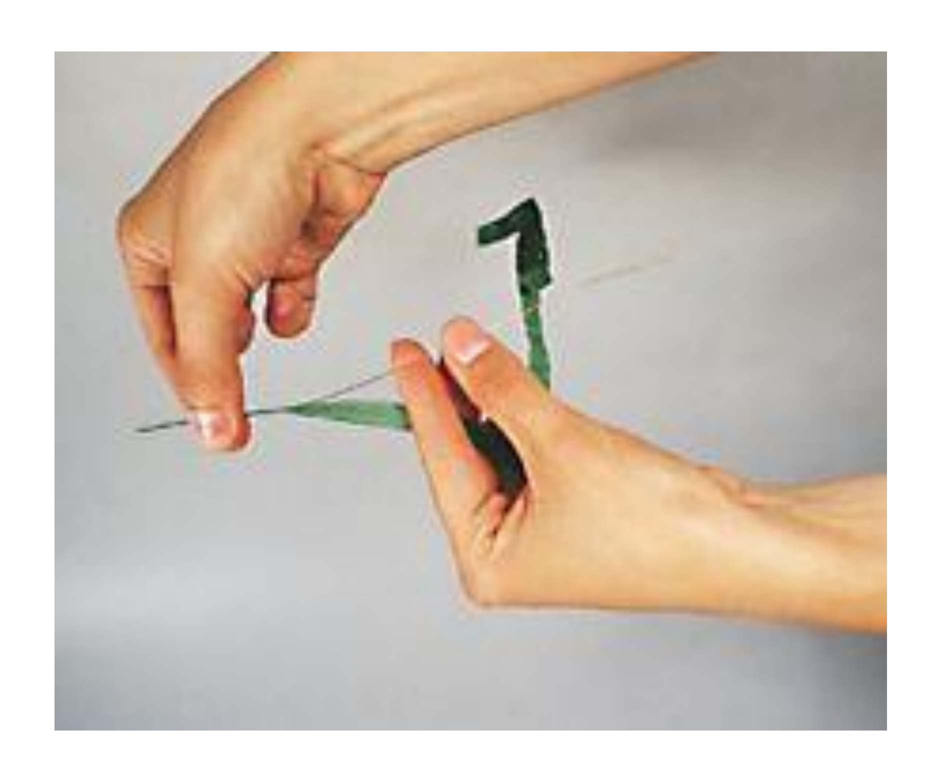
الأدوات المطلوبة : ـ

المطلوب تصنيع 3 ورقات صغيرة، و 4 ورقات أكبر قليلاً، و٣ ورقات أكبر قليلاً، وجميع هذه الورقات مُلونة بلون واحد فقط، فمثلاً يكون هذا اللون هو الروز مثلاً، وبعد نصنع ٦ ورقات يكون لونهم أبيض، و6 ورقات أكبر قليلاً، ثُم بعد ذلك نصنع ٦ ورقات شجر يكون لونها أخضر غامق.

وسنحتاج أيضاً إلي قطعة قماش طويلة على شكل الأصابع الصغيرة، وسنحتاج هذه القطعة كي نكسى بها الوردة، وأيضاً سنحتاج إلي سلك مكسي، وقطعة من الفيبر أو مُمكن قطن أبيض، وسنحتاج شريط قماش، أو شريط أورجنزا المتوفر لديك، وبالطبع سنحتاج إلي مقص.



أولاً : نلف قطعة القماش التي في طول الإصبع على السلك المكسي.



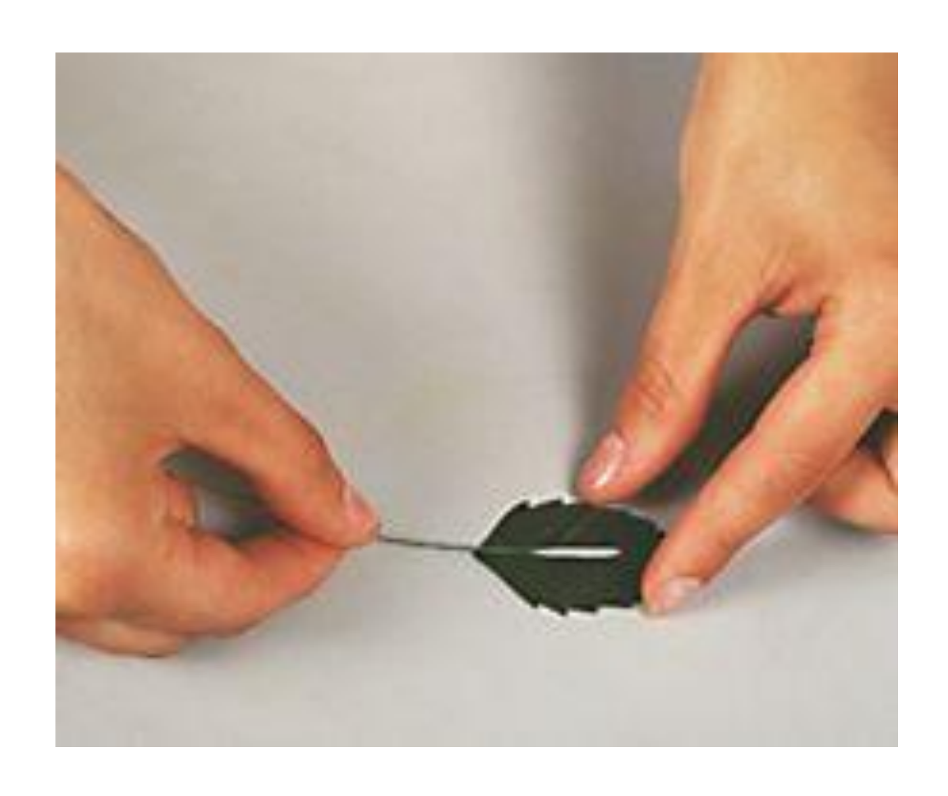
ثانياً : ستجدي أن القماش سيلتف بسهولة علي السلك لأننا عالجناه في البداية أوضحنا وبعد أن ننتهي من لف السلك بقطعة القفماش الخضراء نُحضر الأوراق التي تم قصها من القماش ونعمل علي مط هذه الأوراق بأصابعنا ونشكلها كالورد الطبيعي.



ثالثاً : بعد ذلك نشد بطرف المقص أطراف القماش من الداخل إلى الخارج، وذلك حتى تنثنى على الخارج، ولاحظي هذا الشُغل كُله من الداخل للخارج.



رابعاً : نُمسك بورق الشجر الأخضر ونضع السلك في الغراء الأبيض ونضعه على الورقة كما هو موضح بالصورة.



خامساً : نضع ورقه الشجر بالسلك على قماشه من القطن.



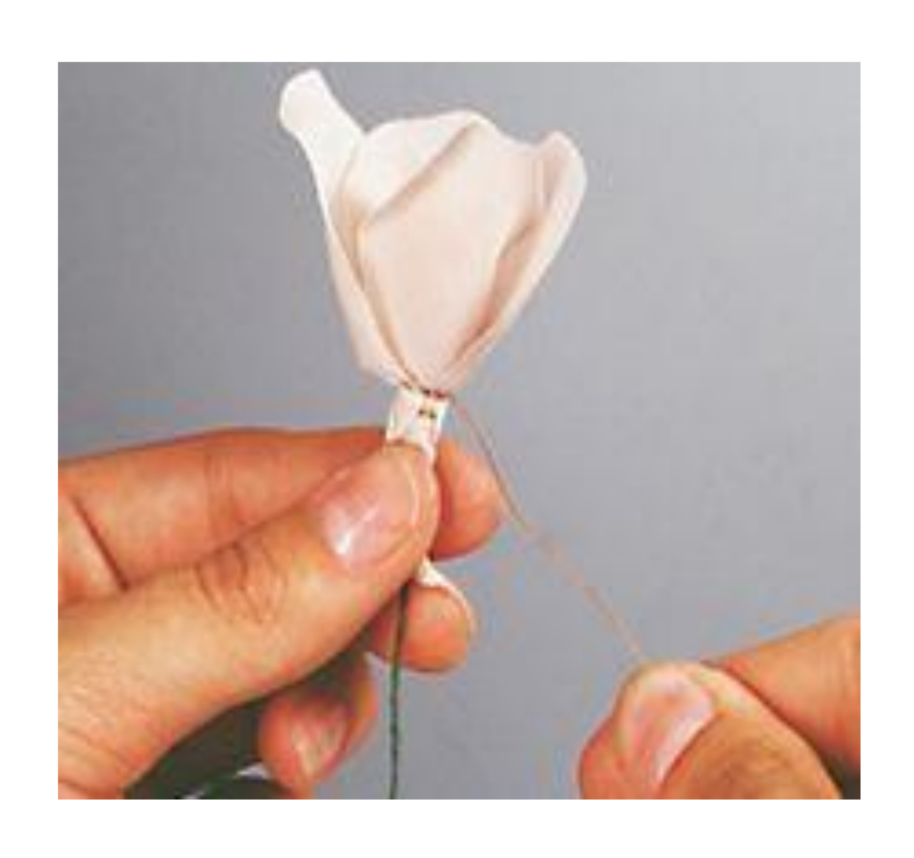
سادساً : بعد وضع ورقه الشجر على القماشة نُثبت الورقة بالإصبع اليمين، ونبدأ في شد القماشة باليد اليسرى، ونفعل ذلك لتثبيت الغراء على الورقة وثنيها على أثنين نوع من شد القماش المصنوع به الورقة.

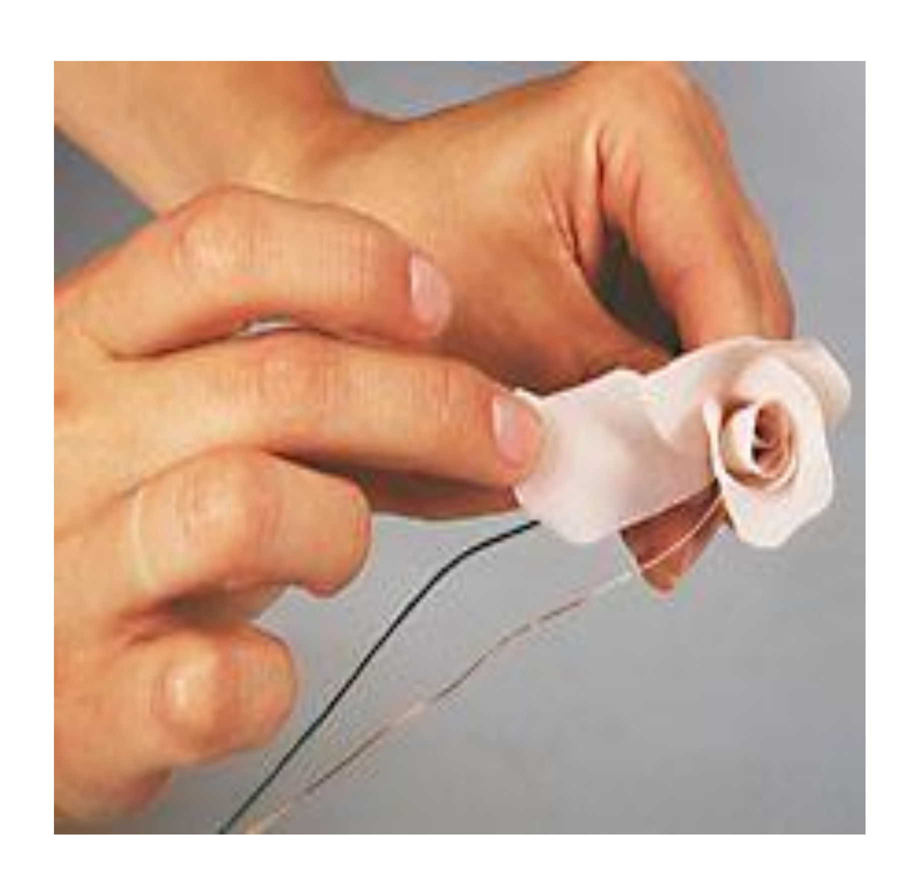


سابعاً : نضع السلك على أول ورقه فقط بالغراء الأبيض، وبالطبع سنتركها كي تجف تماما.

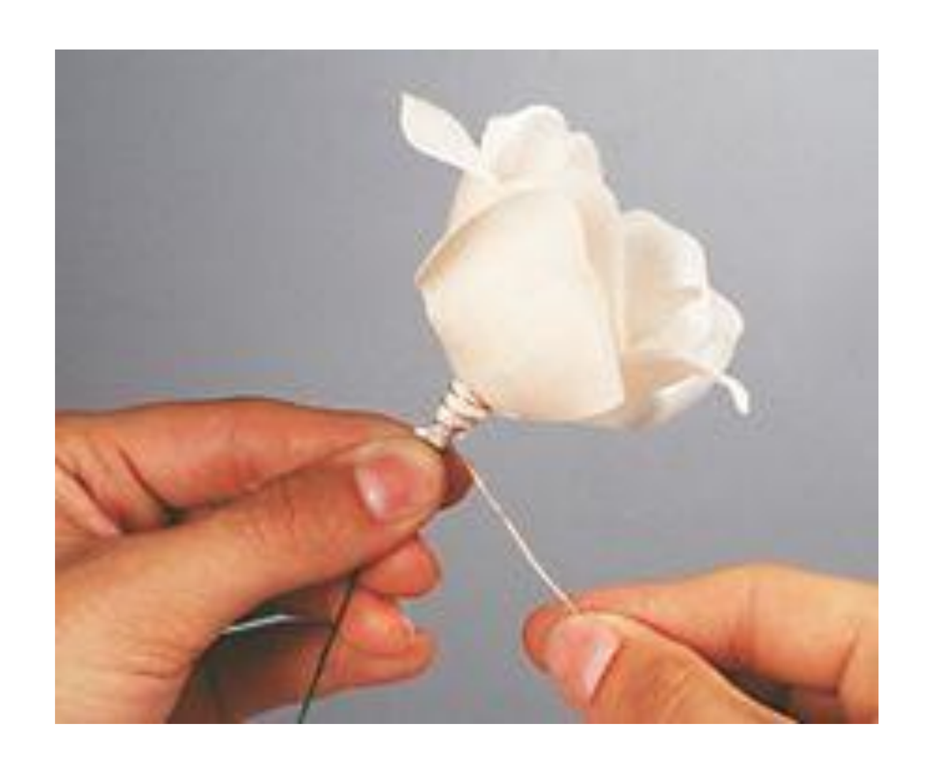


ثامناً : نضع الورقات بالترتيب علي السلك بحيث يكون الأول أصغروما يليه يكون أكبر قليلاً حتي تكون كما بالصورة السفلية.





تاسعاً : بعد أن لففنا الأوراق علي السلك نلف الورق السُفلى للوردة ونلفها بالخيط.



عاشراً : وكي لا يكون هُناك فراغ أسفل الوردة سنلف الأوراق من أسفل بقطعة فيبر أو قطعة قطن عادية كما بالصورة.

حادي عشر : نضع الكسوة الأخيرة للوردة من أسفل، وهى على شكل خمس أصابع، ونشدها باليد كي تكون فها ورب، وذلك كى تكسى على الوردة، والورب هو نوع من الدوران القليل نعمله بأيدينا.



ثاني عشر : نضع الجزء السابق صُنعه أسفل الوردة، وبعد ذلك نلف شريط الأورجنزا بخفة جداً، كما يُمكنك وضع قماش شيفون خفيف أخضر وذلك بعد وضعه فى الجيلاتين أو الغراء، وبعد أن يجف اعملي منه شريط تلفى به.

وهذا يكون شكل الوردة النهائي.



ويُمكنك أن تصنعي أشكالا مُتعددة من الأزهار كما بالصور.





١٦- نصائح للمحافظة علي الملابس والأحذية

الحذاء الضيق

للتخلص من ضغط الحذاء الضيق على القدم ومعه يزداد الشعور بالألم وعدم الراحة، فيتم دعك المناطق الضاغطة من الداخل بالصابون عن طريق بشره بالمبشرة وستجدها سهلة في اللبس.

الستائر والأقطان

إضافة قليلاً من النُشادر إلى ماء غسل الستائر والأقطان يحميها من الكرمشة ويُضفي عليها بياض شاهق، مع الحرص على عدم عصر الستائر لأن عصرها يشوه جمالها ويؤثر على نسيجها.

ثنية القميص

للتخلص من مكان ثنية القميص القديمة (إذا ما أردت إطالته مثلاً) فقم بعمل تندية مكان الثنية بقطع إسفنج مُبللة بالخل.

كيف تختارين مناشف جيدة؟

عند رغبتك بشراء منشفة جديدة راعي التالي : .

١ . اختاري المناشف ذات الأوان طويلة الأمد، أي ابتعدي عن الألوان الغامقة، لأنها تبهت بسرعة، واختاري الفواتح لأنها أثبت

لوناً من الغوامق، كما يُمكنك اختيار الأبيض، والبيج، والليموني، والأخضر الفاتح، والسماوي، والألوان المُشابهة.

٢ . لا تختاري المناشف الناعمة، فأغلب الشركات تقوم بإضافة مُلينات خاصة لجذب المُستهلك، والأفضل أن تختبريها عن طريق وزنها، فكُلما كانت أثقل تكون أجود.

٣ .كُلما كانت المنشفة ذات عُقد كثيرة تكون أفضل وأقوى.

٤ . الأفضل أن تكون هُناك عدة مناشف، وبأحجام مُختلفة، فالصغيرة للوجه، والأكبر لليدين، وأخرى للضيوف، وذلك كي لا تُستهلك المناشف كثيراً، وتبقى وقت أطول.

للمُحافظة على المناشف مُدة أطول

١ . الأفضل غسل المنشفة الجديدة قبل استخدامها، وذلك لإزالة الأصباغ منها، أو أي خيوط زائدة، وعند غسلها تُغسل وحدها، وتُعزل الغامقة بعيدة عن الفاتحة، وتُغسل بماء دافئ وليس ساخن، ومن الأفضل عدم تجفيفها في الغسالة الفول أوتو ماتيك كي تُحافظ على متانتها.

٢ . عند استخدام مُزيل البُقع أو الكلوركس يُستخدم المسحوق الخاص بالملابس الملونة، فذلك آمن، كما لا تستخدمي مُلين الأقمشة إلا كُل ٣ أو ٤ غسالات لتظل مُحافظة على متانتها.

١٧ - أفكار جديد للانتفاع بالأشياء المُهملة

١ . الورق الأبيض الفارغ نُقطِّعَه قطعاً متساوية، ونستخدمه كورق مكتب، فكم من مرة نبحث عن ورقة نكتب عليها مُلاحظة ولا نجد.

٢ . ملابسكِ القديمة قومي بفَرْزِها، وستجدين بعضها قد ضاق عليكِ، فاغسليها وقومي بِكَيِّها وتصدَّقي بها، فهذا يسعد الكثير من المحاجين ، لأنهم بحاجة إليها، فلا تحرمي نفسكِ من الأجر أبداً، والملابس التي لا تصلح للاستعمال قومي بقَصِّها بطريقة مُنتظمة، واستعملي النوع الجيد من القماش فيها كقواعد للأطباق والأكواب، والنوع العادي كقطع قماش للمطبخ ...

٣ . احتفظي دائماً بإسفنجة التلميع وورنيش التلميع، وانظري للأحذية القديمة، وأصلحيها إذا كانت تحتاج لإصلاح، فإن ضاقت الأحذية ولم تستعمليها أعطيها لمن يستحق، وقومي بعمل رَفٍّ للأحذية بالقُرب من باب البيت يرتفع عن الأرض مسافة ٢٠ سم، وذلك كي يسهل عليكِ تناول الحذاء، وأيضاً كي يُبْعِد أَتْرِبَتَه عن الأرض.

٤ . أنظري إلى الجوارب التي لديكِ، وحددي ما الذي يحتاج حياكة،

وما الذي انتهى عُمره، وهل تُريدين شراء جوارب جديدة أم لا، واكتبي ذلك في مُفكرتك.

٥ . يجب أن يكون لكِ فحص دوري للسباكة والكهرباء في بيتك، فإن العمل الذي سيُكلفك جُنيهاً اليوم من المُمكن أن يُكلفك مائة إذا أُهْمِل.

٦ . اجمعي أرقام الهاتف التي تستخدميها في مُفكرة واحدة وضعيها بجوار الهاتف دائماً، ولا تنقليها من مكانها بجوار الهاتف لأي سبب، وإذا كان هاتفك يشتمل على ذاكرة تليفون، فلماذا لا تستخدميها فإن ذلك يوفر عليك وقت البحث والطلب.

زيني منزلك بالجرائد المُستعملة

للجرائد التي نقرأها يومياً أكثر من استخدام في التطبيقات العلمية وهذا بخلاف القراءة طبعاً، وهذه الاستخدامات مُفيدة جداً في المنزل بدلاً من رمي الجرائد فور قراءتها (يجب الحذر من استخدام الجرائد المذكور بها الآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة)، وإليك تلك الطرائف التي يستطيع أن يقوم بها أي شخص ويستفيد بنتائجها الجيدة: .

. في البداية إذا احتجتِ أي فاكهة أن تنضج بسرعة مثل الموز، والطماطم الخضراء، أو غيرها، فقومي بلفها في جريدة واتركيها لمدة لا تقل عن يوم، وستجديها في اليوم التالي أصبحت ناضجة تماماً وصالحة

للأكل.

. يمكنك استخدام الجرائد في إزالة الروائح الغير مرغوب بها للأوعية مثل رائحة الثوم التي لا تترك الإناء حتى بعد أن قمتي بغسله أكثر من مرة ولا تزل الرائحة عالقة به... فخذي بعض أوراق الجرائد وضعيها في الوعاء وأغلقيه جيداً، ثُم اتركيه لمدة لا تقل عن يوم، وفي صباح اليوم التالي ستجدين الرائحة قد امتصتها الجرائد ولم تعد موجودة.

. أما بالنسبة للأحذية التي لها رائحة غير مرغوب بها أو رطوبة، فضعي الجرائد داخلها خلال الليل وبالصباح ستكون الرائحة قد امتصتها الجرائد واختفت.

إزالة البُقع والرواسب بالحمامات والمطابخ

لإزالة البُقع والرواسب التي تظهر بين بلاط القيشاني والسيراميك بالمطبخ والحمامات يتم تنظيفها بفُرشاة أسنان قديمة بعد غمسها في الكلور.

مُعالجة خدوش التواليت

مُعالجة الخدوش التي تطرأ على قاعدة التواليت البيضاء وسطح الثلاجة الأبيض والأغراض المُصنعة من المينا، وذلك باستخدام نُقط الكوريكتور (السائل المُستخدم في تصحيح الكلمات على الورق).

١٨- نصائح للعناية بجمال أظافرك ووجهك

اهتمام المرأة بجمال يديها وأظافرها يشير بدرجة كبيرة إلى أنها تحرص على صحتها وجمالها، إذ أن حالة الأظافر تعكس غالباً حالة الصحة العامة، فالأظافر الهشّة المشوّهة سهلة الكسر أو الالتواء تشير عادة إلى ضعف الصحة أو إلى الأنيميا، كما أن هناك بعض الأمراض العضوية تظهر علاماتها بالأظافر كأنيميا نقص الحديد تظهر وبعض أمراض الكبد، ومعروف أن كثيراً من ربّات البيوت يتعرضن لضعف وتشوهات بالأظافر بسبب كثرة تعريضها للماء والصابون أو للمُنظفات الكيميائية المُختلفة أثناء الغسيل، وللعناية بسلامة أظافرك يُقدم لك الخبراء هذه الإرشادات : .

١ . ارتداء قفّازً أثناء الغسيل لفترة طويلة أو عند استعمال مواد كيميائية في الغسل.

٢ . العناية بالتغذية الجيدة، فسوء أو نقص التغذية يؤدي إلى ضعف الصحة العامة بما في ذلك صحة الأظافر، وتنصح المرأة بتناول المأكولات الغنية بالحديد مثل البنجر والسبانخ والكبد والبيض والبطاطس والخضراوات واللحوم.

٣ . ويجب عدم استعمال المانيكير بكثرة لأن كثرة استعمال الأسيتون

لإزالة الطلاء يعرض الأظافر للتقصف والجفاف، وعدم تنظيف أو تقليم الأظافر وهي مُبللة لأن ذلك يُعرضها للتقصف، وعدم المبالغة في إطالة الأظافر حتى لا تتعرض للإصابة، كما يجب مُعالجة أي عدوى فطرية تصيب الأظافر في بدايتها لأن علاجها يطول.

٤ . لصلابة الأظافر ادهني أظافرك كل مساء قبل النوم بطبقة من زيت الخروع، ولجمال أظافرك عليك بزيت الزيتون لتغذية الأظافر وزيادة صلابتها فخذي 3 ملاعق صغيرة زيت الزيتون، 3 ملاعق صغيرة خل التفاح، صفار بيضة، واخلطي المكونات جيداً، واحفظيها في زجاجة، ويستخدم هذا المستحضر بصفة متكررة في دهان الأظافر.

٥ . كذلك يُمكن استخدام غسول من الليمون فخذي ملعقة صغيرة عصير ليمون طازج، ملعقة صغيرة يود أبيض، وتُخلط المكونات جيداً وتحفظ في زجاجة، ويفضل استخدام فرشاة صغيرة ليّنة في دهان الأظافر والأنسجة المحيطة بها بهذا المستحضر، ويُفضل كذلك أن يتم الدهان مرة في الصباح وأخرى في المساء بصفة مُنتظمة.

الفهرس